

## Примерное 10-ти дневное меню, весна - лето

1 день понедельник	2 день вторник	3 день среда	4 день четверг	5 день пятница
<b>Завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>Завтрак</b>	<b>завтрак</b>
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	Каша из овсяных хлопьев молочная, жидкая	Омлет с сыром	Каша из пшена и риса молочная , жидкая	Каша рисовая молочная жидкая
Печенье с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом
Чай с лимоном сладкий	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком
2 завтрак	2завтрак	<b>2завтрак</b>	2 завтрак	2завтрак
Сок фруктовый	Вафли	фрукты	фрукты	Сок фруктовый
<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>
Салат из соленых (св. огур) с луком	Салат из зеленого горошка (конс)	Салат из свеклы	Рассольник ленинградский	Салат из помидор с раст маслом
Борщ с фасолью и картофелем	Суп рыбный	Бульон из птицы детский с гренками	Капуста тушенная с мясом	Суп картофельный с бобовыми, с мясом
Жаркое по- домашнему	Голубцы ленивые	Биточки рубленые из птицы		Котлета рыбная любительская
		Макаронные изделия отвар с масл		Пюре картофельное
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Напиток лимонный	Компот из свежих фруктов
<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>
Булочка домашняя	Пудинг из творога запеченный	Оладьи с повидлом	Сырники из творога с молочным соусом	Яйцо вареное
Какао с молоком	Чай сладкий	Кисломолочный продукт		Хлеб пшеничный
			Кисель	Чай с молоком
6 день понедельник	7 день вторник	8 день среда	9 день четверг	10 день пятница
завтрак	завтрак	<b>Завтрак</b>	<b>завтрак</b>	<b>завтрак</b>
Макаронны отварные или (запеченные с сыром).	Каша пшеничная молочная жидкая	Каша манная молочная жидкая	Каша вязкая из смеси круп	Омлет натуральный
Кисель	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Кофейный напиток с молоком
Печенье с маслом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с маслом и сыром	Бутерброд с маслом с сыром	Бутерброд с маслом
2завтрак	2завтрак	2 завтрак	2завтрак	<b>2завтрак</b>
вафли	Сок фруктовый	фрукты	фрукты	Сок фруктовый
обед	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>
Огурец свежий (соленый)	Суп свекольный на м/б со сметаной	Салат из репчатого лука	Салат из огурцов и помидор с луком	Салат из св.огурцов
Щи из свежей капусты с картофелем	Тефтели рыбные паровые	Суп картофельный с мясом	Суп гороховый вегетарианский с гренками	Суп рыбный
Гуляш из отварного мяса	Сложный гарнир	Плов из птицы	Котлета мясная, рубленая	Оладьи печеночные, соус овощной.
Каша гречневая рассыпчатая			Пюре картофельное	Макаронные изделия отварные
Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов	Компот из сушеных фруктов
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной

## Примерное 10-ти дневное меню, весна - лето

полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Запеканка творожная	Ватрушка с творогом	Рыба запеченная в омлете	Пирог с яблоками или курагой	Винегрет овощной
Кофейный напиток с молоком	Кисломолочный напиток	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный
		Кисель	Чай с молоком	Чай с сахаром